

**PERBEDAAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, AKTIFITAS FISIK
DAN PENGELUARAN UANG JAJAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR
OVERWEIGHT DAN NON OVERWEIGHT DI WILAYAH
PUSKESMAS BANJAREJO, KECAMATAN TAMAN
KOTA MADIUN**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi Transfer

Disusun Oleh :

Erfita Anasha Wiraida
J 310 121 014

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2014

HALAMAN JUDUL

**PERBEDAAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, AKTIFITAS FISIK DAN
PENGELUARAN UANG JAJAN PADA ANAK SEKOLAH DASAR
OVERWEIGHT DAN NON OVERWEIGHT DI WILAYAH
PUSKESMAS BANJAREJO, KECAMATAN TAMAN
KOTA MADIUN**



**Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Ijazah S1 Gizi Transfer**

Disusun Oleh:

Erfita Anasha Wiraida
J 310 121 014

**PROGRAM STUDI SI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2014**

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Apabila kelak dikemudian hari terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan diatas, maka saya akan bertanggung jawab sepenuhnya

Surakarta, Desember 2014

Penulis



Erfita Anasha Wiraida

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Perbedaan Aktifitas Fisik, Tingkat Konsumsi Energi dan Pengeluaran Uang Jajan Anak Sekolah Dasar *Overweight* dan *Non Overweight* di Wilayah Puskesmas Banjarejo, Kota Madiun

Nama Mahasiswa : Erfita Anasha Wiraida

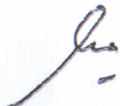
Nomor Induk Mahasiswa : J 310121014

Telah Disetujui untuk Diuji oleh Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta

Surakarta, Oktober 2014

Menyetujui

Pembimbing I



(Endang Nur W. SST., MSi)

NIK. 717

Pembimbing II

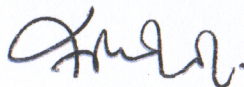


(Dyah Widowati, SKM)

NIK. 798

Mengetahui.

Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta



Setyaningrum Rahmawaty, A. M.Kes., Ph.D

NIK. 744

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Perbedaan Tingkat Konsumsi Energi, Aktivitas Fisik dan Pengeluaran Uang Jajan pada Anak Sekolah Dasar *Overweight* dan *Non Overweight* di Wilayah Puskesmas Banjarejo, Kecamatan Taman Kota Madiun

Nama Mahasiswa : Erfita Anasha Wiraida

Nim : J 310 121 014

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
pada tanggal 31 Desember 2014 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
diterima

Surakarta, Desember 2014

Penguji I : Endang Nur W, SST., MSi.Med

Penguji II : Dwi Sarbini, SST., M.Kes

Penguji III : Eni Purwani, S.Si., MSi

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui,

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Dekan



(Dr. Suwadij, M.Kes)

NIP. 19531123 198303 1 002

MOTTO

Ketika kita sudah berusaha sebaik mungkin namun kemudian gagal. Maka sebenarnya kita sukses. Setidaknya sukses melakukan yang terbaik. Soal hasilnya, itu ketentuan mutlak Yang Maha Menentukan (Tere Liye)

Sesungguhnya bersama setiap kesulitan ada kemudahan (QS. Al-Insyirah : 6)

“Dan apabila kamu sekalian menghitung nikmat Allah Subhanahu wa ta’ala, maka tidaklah bisa menghitungnya.(QS. Ibrahim 34)”

Fa-biayyi alaa'i Rabbi kuma tukadzdzzi ban (Maka nikmat Tuhanmu yang manakah yang kamu dustakan?)

PERSEMBAHAN

Nikmat yang kesekian kalinya yang telah diberikan Allah SWT kepada penulis, Syukur Alhamdulillah karena atas nikmat Allah SWT penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan diiringi perjuangan, kesakitan, kebahagiaan, ketakutan dan kebanggaan tersendiri, dan penulis mengucapkan beribu syukur kepada Nya. Karya kecil ini penulis persembahkan kepada :

Orang tua penulis, Mamah dan Bapak yang begitu sabar dan tak kunjung henti memberikan semangat, perhatian dan doa sepanjang waktu hingga terselesaikannya skripsi ini.

Kakak dan adik penulis, yang selalu memberikan perhatian dan semangat yang bertubi-tubi dan tak pernah merasa bosan untuk mengingatkan penulis.

Dosen pembimbing penulis, Ibu Endang Nur W, SST., M.Si. Med dan Ibu Dyah Widowati, SKM, serta dosen Penguji Ibu Dwi Sarbini, SST., M. Kes dan Ibu Eni Purwani, S.Si., M.Si yang dengan kesabaran dan ketulusan untuk membimbing selama ini. Terima kasih atas waktu yang berharga untuk mengajarku yang terbaik dan memberikan penulis waktu untuk belajar kepada beliau semua.

Teman dan sahabat penulis yang tak pernah henti menanyakan "Kapan Lulus", dan sekarang bisa menjawab dengan kalimat "Sekarang saya sudah lulus rek"

Teman-teman penulis Gizi'trans angkatan 2012 yang berjuang bersama hingga titik darah penghabisan, semoga tetap menjadi kawan gizi yang solid.

Teman-teman penulis di perusahaan ataupun di rumah sakit. Terimakasih atas dukungan baik moral atau materi. Terimakasih atas kebaikan memberikan kesempatan selama ini terhadap penulis.

Serta semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini, penulis ucapkan terima kasih.

RIWAYAT HIDUP

x

Nama : Erfita Anasha Wiraida

Tempat/ Tanggal Lahir : Malang, 29 Januari 1990

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jalan Rawa Bakti Gg. Masjid No 50-C Madiun-Jawa Timur

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus SD Negeri Klegen 1 Madiun tahun 2002
2. Lulus SMP Negeri 1 Madiun tahun 2005
3. Lulus SMA Negeri 1 Madiun tahun 2008
4. Lulus D III Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan
Kemenkes Malang tahun 2011
5. Menempuh pendidikan Program Studi S1 Gizi
Transfer FIK Universitas Muhammadiyah Surakarta
angkatan 2012

Contac Person : fita_sha@yahoo.co.id/ 085736911102/ @clizhyta

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum. Wr. Wb

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan dan melimpahkan segala karunia, nikmat dan rahmat-Nya yang tak terhingga kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul : "Perbedaan Tingkat Konsumsi Energi, Aktifitas Fisik dan Pengeluaran Uang Jajan pada Anak Sekolah Dasar yang *Overweight* dan *Non Overweight* di Wilayah Puskesmas Banjarejo, Kecamatan Taman, Kota Madiun".

Dalam menyelesaikan skripsi ini penulis telah memperoleh banyak masukan, bantuan, arahan, bimbingan, motivasi, dan fasilitas lainnya dari berbagai pihak. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada :

1. Bapak Dr. Suwadi, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Ibu Setyaningrum Rahmawaty A. M.Kes, Ph.D, selaku Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur, SST. MSi selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu, dan berbagai arahan kepada penulis selama studi.
4. Ibu Dyah Widowati, SKM selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu, dan berbagai arahan kepada penulis selama studi.
5. Ibu Dwi Sarbini, SST., M.Kes selaku Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan arahan kepada penulis
6. Ibu Eni Purwani, MSi selaku selaku Dosen Penguji yang telah memberikan masukan dan arahan kepada penulis

7. SD Mojorejo 2 Kota Madiun, atas ijin dan kerjasama selama penelitian berlangsung
8. SD Banjarejo Kota Madiun, atas ijin dan kerjasama selama penelitian berlangsung
9. Dinas Kesehatan Kota Madiun atas bantuan selama pengambilan data awal penelitian
10. Semua pihak yang telah membantu selama penyusunan Skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu saran dan kritik yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini sehingga nantinya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu kesehatan.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, 2014

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
ABSTRAK	ii
HALAMAN JUDUL	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
MOTTO	viii
PERSEMBAHAN	ix
RIWAYAT HIDUP	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	6
E. Ruang Lingkup Penelitian	7

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teoritis	8
1. Anak Sekolah Dasar	8
2. <i>Overweight</i>	9
3. Penilaian Status Gizi Anak Sekolah Dasar	16
4. Tingkat Konsumsi Makanan	18
5. Aktivitas Fisik	22
6. Uang Jajan	27
7. Pandangan Islam Terhadap <i>Overweight</i> Anak Sekolah	28
B. Kerangka Teori	31
C. Kerangka Konsep	31
D. Hipotesis	32

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian	33
---	----

B. Subjek Penelitian.....	33
C. Lokasi dan waktu Penelitian	33
D. Populasi dan Sampel.....	34
E. Variabel Penelitian.....	36
F. Definisi Operasional	37
G. Pengumpulan Data.....	38
H. Langkah-Langkah Penelitian.....	39
I. Pengolahan Data.....	40
J. Analisis Data	41

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum	44
B. Karakteristik Responden.....	46
C. Hasil Penelitian.....	47
D. Hasil Analisis Data dan Pembahasan	52
E. Keterbatasan Penelitian.....	63

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	64
B. Saran.....	65

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Standar Penentuan Kegemukan WHO	17
2. Kategori Tingkat Aktivitas Fisik (PAL) Anak dan Remaja.....	25
3. Nilai <i>Physical Activity Ratio</i> (PAR)	26
4. Definisi Operasional Variabel.....	37
5. Koding Tingkat Konsumsi Energi.....	41
6. Koding Tingkat Aktivitas Fisik	41
7. Koding Pengeluaran Uang Jajan	41
8. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	46
9. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	47
10. Tingkat Konsumsi Energi Responden.....	47
11. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Konsumsi Energi	48
12. Aktivitas Fisik Responden.....	50
13. Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik	50
14. Pengeluaran Uang Jajan Responden	51
15. Distribusi Responden Berdasarkan Pengeluaran Uang Jajan.....	51
16. Perbedaan Tingkat Konsumsi Energi Siswa <i>Overweight</i> dan <i>Non Overweight</i>	52
17. Distribusi Jenis Makanan Jajanan yang Tersedia di Sekolah.....	54
18. Perbedaan Aktivitas Fisik Siswa Sekolah Dasar <i>Overweight</i> dan <i>Non Overweight</i>	56
19. Distribusi Jenis Kegiatan Responden Sehari	58
20. Distribusi Jenis Kegiatan Responden di Luar Sekolah	60
21. Perbedaan Pengeluaran Siswa Sekolah Dasar <i>Overweight</i> dan <i>Non Overweight</i>	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori.....	31
2. Kerangka Konsep.....	31
3. Distribusi Jenis Pangan yang Sering Dikonsumsi.....	54
4. Distribusi Jenis Jajan yang Sering dikonsumsi Responden	55
5. Distribusi Transportasi Siswa ke Sekolah.....	59

DAFTAR LAMPIRAN

1. Pernyataan Kesediaan Menjadi Responden
2. Kuesioner Data Responden
3. Kuesioner Aktivitas Fisik
4. Kuesioner Pengeluaran Uang Jajan
5. Form Recall 24 jam
6. Master Data Tingkat Konsumsi Energi, Aktivitas Fisik dan Pengeluaran Uang Jajan
7. Analisis Data
8. Dokumentasi Foto Kegiatan
9. Draft Surat Ijin Penelitian
10. Peta Kecamatan Taman Kota Madiun

PROGRAM STUDI GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI

ABSTRAK

ERFITA ANASHA WIRAIDA, J 310 121 014

PERBEDAAN TINGKAT KONSUMSI ENERGI, AKTIVITAS FISIK DAN PENGELUARAN UANG JAJAN ANAK SEKOLAH DASAR OVERWEIGHT DAN NON OVERWEIGHT DI WILAYAH PUSKESMAS BANJAREJO, KECAMATAN TAMAN KOTA MADIUN TAHUN 2014

Pendahuluan : Masalah gizi ganda semakin meningkat dan mulai terjadi pada anak usia sekolah. Prevalensi anak sekolah dasar yang mengalami *Overweight* tahun 2013 sebesar 7.02% dan 11.2% dengan status gizi kurang. Sedangkan prevalensi *Overweight* di sekolah dasar wilayah Puskesmas Banjarejo mencapai 34.2%. Tingginya tingkat konsumsi energi dan rendahnya aktivitas fisik merupakan hal yang bisa mempengaruhi keadaan gizi seseorang.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan tingkat konsumsi energi, aktivitas fisik dan pengeluaran uang jajan pada anak sekolah dasar dengan status *Overweight* dan *non Overweight*.

Metode penelitian : Jenis penelitian adalah cross sectional studi. Jumlah sampel anak sekolah adalah 37 siswa. Data meliputi tingkat konsumsi energi, aktivitas fisik dan pengeluaran uang jajan diperoleh dari hasil kuisioner selama 3x 24 jam. Analisis data menggunakan *Independent T-Test* dan *Mann Whitney*.

Hasil : Sebanyak (51.4%) siswa *overweight* mengalami tingkat konsumsi defisit, (24.3%). Siswa *non overweight* (67.6%) dengan tingkat konsumsi deficit. Aktivitas fisik pada anak *overweight* (86.5%) dengan aktivitas ringan. Siswa *non overweight* (62.2%). Siswa *overweight* dan *non overweight* dengan pengeluaran uang jajan diatas 50% uang saku sebanyak (75.6%).

Kesimpulan : Terdapat perbedaan bermakna pada tingkat konsumsi energi ($p=0.010$) dan aktivitas fisik ($p= 0.009$) pada anak sekolah dasar. Namun tidak terdapat perbedaan pada pengeluaran uang jajan ($p= 0.335$) dengan pengeluaran uang jajan rata-rata Rp.5.500,-

Kata Kunci : *Overweight, Non Overweight*, Tingkat konsumsi energi, Aktivitas fisik, Uang jajan dan anak SD

Kepustakaan : 87: 1995 - 2013

**DEPARTEMENT OF NUTRITION
FACULTY OF HELATH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
RESEARCH PAPER**

ABSTRACT

ERFITA ANASHA WIRAIIDA, J 310 121 014

THE DIFFERENCE OF ENERGY CONSUMPTION LEVEL, PHYSICAL ACTIVITY AND POCKET MONEY FOR SNACK BETWEEN OVERWEIGHT DAN NON OVERWEIGHT CHILDREN AT PUSKESMAS BANJAREJO, DISTRICT OF TAMAN MADIUN CITY IN 2014

Background : Burdern nutritional problems and begin to occur in school-aged children. The prevalence of elementary school children who are experiencing *overweight* by 2013 showed that amount to 7.02% and 11.2% with undernutrition. While the prevalence of *overweight* in primary school in Puskesmas Banjarejo reached 34.2%. High levels of energy consumption and low physical activity is a thing that can affect a person's nutritional state.

Aim : This research was to analyze about the difference of energy consumption level, physical activity and pocket money for snack between *overweight* and *non overweight* chlidren.

Methods of research: The design of this study was cross-sectional. Total sample 37 people in each student with *Overweight* and *Non Overweight*. Data included energy consumption level, physical activity and pocket money for snack that was collected using a questionnaires for 3x24 hours. Data were analyzed using Independent t-Test and Mann Whitney.

Result : As much as (51.4 %), overweight students experienced a deficit rate of consumption. Non overweight (67.6%) with deficits and levels of consumption. Physical activity in children overweight (86.5%) with a mild. Non overweight (62.2%) with a mild activity. Students are overweight and non overweight with spending above the 50% allowance allowance total (75.6 %)

Conclusion : The result of the statistic showed that variable significant difference are energy consumption level ($p=0.010$) and physical activity ($p=0.009$) between *Overweight* dan *non Overweight* children. However there was no difference in the spending allowance for snack ($p= 0.335$). with average daily spending of Rp 5.500,-

Keyword : *Overweight, Non Overwight*, energy consumption level, physical activity, pocket money for snack dan childscool

References : 87: 1995 - 2013